



R8.9月1日～9月5日 献立



米飯130g・ふつう食 1日平均栄養量
エネルギー1326Kcal たんぱく質 56.5g

		9月1日		9月2日		9月3日		9月4日		9月5日		
		火		水		木		金		土		
朝食			鶏肉の照り焼き	g	温野菜のチーズソース ヨーグルト	g	豚肉と野菜蒸し	g	温野菜のチーズソース	g	白身魚のバターソース	g
			ご飯（お粥）		パン（パン粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
			みそ汁（白菜）	10	コーンポタージュ		みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（大根）	10	みそ汁（白菜）	10
			温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	
昼食			赤魚の生姜煮（ふつう）		鶏肉の西京漬け焼き		さわらのバター醤油焼き（ふつう） 白身魚のマスタードソテー（やわらか・ムース）		肉じゃが		親子煮（ふつう） 筑前煮（やわらか・ムース）	
			卵の花煮		蓮根の炒り煮		ぜんまいの煮物		さつま揚げとピーマンのソテー		ポテトサラダ	
			スバゲッティサラダ		春雨サラダ		キャベツのおかか和え		小松菜としらすの和え物		ほうれん草のピーナツ和え	
			ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
間食			lifestockゼリー		甘みあっさりみかん おろしバイン（ムース）	30 40	季節のフルーツ おろしバナナ（ムース）	40	甘みあっさり白桃 おろし白桃（ムース）	40 50	やわらかおかきのり塩 バニラアイス（ムース）	
	夕食			すき焼き風		めばるの和風あん（ふつう・やわらか） かれいの和風あん（ムース）		キーマカレー（ふつう） 鶏肉と野菜のカレー煮（やわらか・ムース） ほうれん草とウインナーのソテー		炸鸡		さわらの蒲焼風（ふつう・やわらか） 白身魚の蒲焼風（ムース）
			ごぼうサラダ		なすのみそ炒め		かぼちゃサラダ		豆腐の中華風炒め		なすそぼろ	
			小松菜の和え物		肉団子煮		ご飯（お粥）		春雨のナムル		じゃが芋のカレー炒め	
			ご飯（お粥）		みそ汁（ほうれん草）	10	みそ汁（小松菜）	10	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（ほうれん草）	10
			温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	



R8.9月6日～9月12日 献立

米飯130g・ふつう食 1日平均栄養量
エネルギー1326Kcal たんぱく質 56.5g

	9月6日		9月7日		9月8日		9月9日		9月10日		9月11日		9月12日	
	日		月		火		水		木		金		土	
		g		g		g		g		g		g		g
朝食	ハンバーグ		鰯の塩焼き（ふつう・やわらか） あじの塩焼き（ムース）		鰯と野菜の旨味味噌		肉じゃが ヨーグルト		肉団子のケチャップ煮		白身魚のクリームソース		ポトフ	
	パン（パン粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		パン（パン粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
	コーンポタージュ		みそ汁（大根）	10	みそ汁（白菜）	10	コーンポタージュ		みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（大根）	10	みそ汁（白菜）	10
	温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	
昼食	さばの味噌煮		ハッシュドポーク（ふつう） ポークシチュー（やわらか・ムース）		白身魚の甘酢あんかけ		鶏肉の山椒焼き		かれいの唐揚げ（ふつう） 白身魚の唐揚げ（やわらか・ムース）		豚肉のブルコギ		タンドリーチキン	
	ジャーマンポテト		スパゲッティサラダ		高野豆腐の煮物		切り干し大根の煮物		卵の花煮		マカロニサラダ		ごぼうサラダ	
	ほうれん草のごま和え		ほうれん草のバターソテー		ほうれん草のごま和え		なすの揚げびたし		オクラの和え物		ほうれん草のごま和え		ジャーマンポテト	
	ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
間食	バウムクーヘン	1個	りんごコンポート	2個	lifestockゼリー		甘みあっさりみかん	30	季節のフルーツ		甘みあっさり白桃	40	日光まんじゅう白	1個
	バニラアイス（ムース）		おろしりんご（ムース）	50			おろしバイン（ムース）	40	おろしバナナ（ムース）	40	おろし白桃（ムース）	50	バニラアイス（ムース）	
夕食	レモン香るチキンソテー		鮭のみそ漬け焼き		豚キムチ（ふつう） 豚肉の煮物（やわらか・ムース）		めばるの照り焼き（ふつう・やわらか）		ハンバーグデミグラスソース仕立て		鶏肉の油淋ソース		めばるの塩焼き（ふつう） 白身魚の塩焼き（やわらか・ムース）	
	なすのトマト和え		切干大根の煮物		ひじきの煮物		きんぴらごぼう		マカロニサラダ		なすの中華風味味噌炒め		きんぴらごぼう	
	キャベツとベーコンのソテー		卵焼き		スパゲッティサラダ		春雨サラダ		ピーマンのガーリックソテー		ほうれん草のナムル		さつま芋のマヨ和え	
	ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
	みそ汁（小松菜）	10	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（ほうれん草）	10	みそ汁（小松菜）	10	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（ほうれん草）	10
	温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	

都合により献立が変更することがございます。



R8.9月13日～9月19日 献立



米飯130g・ふつう食 1日平均栄養量
エネルギー1326Kcal たんぱく質 56.5g

	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日
	日	月	火	水	木	金	土
	g	g	g	g	g	g	g
朝食	赤魚の煮つけ	ジャーマンポテト	鶏肉の照り焼き	温野菜のチーズソース ヨーグルト	豚肉と野菜蒸し	彩野菜のトマト煮	白身魚のバターソース
	パン（パン粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	パン（パン粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）
	コーンポタージュ	みそ汁（大根）	みそ汁（白菜）	コーンポタージュ	みそ汁（玉ねぎ）	みそ汁（大根）	みそ汁（白菜）
	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）
昼食	ホキの和風ソース （ふつう・やわらか）	豚肉の塩だれ	赤魚のアクアパッツァ（ふつう）	鶏肉の甘酢あんかけ	カニの中華炒め（ふつう）	厚揚げのにんにく醤油炒め（ふつう）	豚肉のサムジャン炒め
	かれい和風ソース （ムース）		赤魚の煮付け（やわらか・ムース）		魚介のオイスターソース炒め（やわらか・ムース）	豆腐のにんにく醤油炒め（やわらか・ムース）	
	ひじきの煮物	卵の花煮	ポテトサラダ	厚揚げの含め煮	厚揚げの煮物	きんぴらごぼう	春雨サラダ
	さつま芋のマヨ和え	いんげんのごま和え	春雨ソテー	ほうれん草のナムル	キャベツと竹輪のおかか和え	大学芋	ほうれん草と桜えびの和え物
	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	そば	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）
間食	いしやきいも	りんごコンポート	lifestockゼリー	甘みあっさりみかん	栗のムース	甘みあっさり白桃	おかき砂糖醤油
	バナラアイス（ムース）	おろしりんご（ムース）		おろしバイン（ムース）		おろし白桃（ムース）	バナラアイス（ムース）
	2個	2個		30		40	1個
	50	50		40		50	
夕食	回鍋肉	鰻の粕漬け	豚肉となすのみそ炒め	さわらのの塩焼（ふつう）	チキンのクリームソース	鶏のから揚げ	鮭のちゃんちゃん焼き
				鮭の照り煮（やわらか・ムース）			
	蓮根の炒り煮	根菜の肉炒め	切り干し大根の煮物	ひじきのサラダ	かぼちゃのサラダ	切干大根の煮物	ひじきの煮物
	春雨サラダ	ブロッコリーのカニサラダ	菜の花のおかか和え	南瓜の甘煮	なすのトマト煮	オクラのおかか和え	春雨のマヨ和え
	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）
	みそ汁（小松菜）	みそ汁（チンゲン菜）	みそ汁（玉ねぎ）	みそ汁（ほうれん草）	みそ汁（小松菜）	みそ汁（チンゲン菜）	みそ汁（ほうれん草）
	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）
	10	10	10	10	10	10	10

都合により献立が変更することがございます。



R8.9月20日～9月26日 献立



米飯130g・ふつう食 1日平均栄養量
エネルギー1326Kcal たんぱく質 56.5g

9月20日		9月21日		9月22日		9月23日		9月24日		9月25日		9月26日	
日		月		火		水		木		金		土	
	g		g		g		g		g		g		g
朝食	ハンバーグ	鱈の塩焼き		鶏と野菜の旨味味噌		肉じゃが		肉団子のケチャップ煮		白身魚のクリームソース		ポトフ	
	パン（パン粥）	あじの塩焼き（ムース）		ご飯（お粥）		ヨーグルト		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
	コーンポタージュ	ご飯（お粥）		みそ汁（白葉）	10	パン（パン粥）		みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（大根）	10	みそ汁（白葉）	10
	温度℃（サイン）	みそ汁（大根）	10	温度℃（サイン）		コーンポタージュ		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	
昼食	さわらの西京焼き（ふつう・やわらか）	チキンのトマトソース煮込み		白身魚のフライ（ふつう）		ハニーマスタードチキン		あじの味噌焼き（ふつう）		おさかなバーグ（ふつう）		チキンのハーブ焼き	
	白身魚の西京焼き（ムース）			白身魚の唐揚げ生姜ソース（やわらか・ムース）				あじのピリ辛焼き（やわらか・ムース）		八宝菜（やわらか・ムース）			
	がんもの煮物	なすの香味がけ		厚揚げのそぼろ煮		マカロニサラダ		切干大根の煮物		焼売の甘酢がけ		なすのトマト煮	
	ひじきのサラダ	ほうれん草のバターソテー		ほうれん草のベーコンソテー		なすのトマト煮		肉団子煮		なすのトマト煮		マカロニサラダ	
間食	ご飯（お粥）	まつたけご飯		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
	おかきのり塩	1個 練り切り	2個	lifestockゼリー		甘みあっさりみかん	30	季節の和菓子		甘みあっさり白桃	40	日光まんじゅう黒糖	1個
	バニラアイス（ムース）	鰻魚の舞	50			おろしバイン（ムース）	40	おはぎ		おろし白桃（ムース）	50	バニラアイス（ムース）	
夕食	チキンのデミグラスソース（ふつう）	かれいの煮つけ（ふつう）		豚肉と厚揚げのネギ塩炒め（ふつう）		さばの塩焼き		麻婆豆腐		豚肉の生姜焼き		牛肉コロッケ（ふつう）	
	鶏肉のバーベキューソース（やわらか・ムース）	かれいの煮物（やわらか・ムース）		豚肉と豆腐の炒め物（やわらか・ムース）								白身魚のフリッター（やわらか・ムース）	
	ポテトサラダ	卵の花和風サラダ		きんぴらごぼう		ぜんまいの煮物		なすの中華風みそ炒め		きんぴらごぼう		根菜の肉炒め	
	なすのトマト煮	洋風お浸し		ほうれん草の和え物		南瓜の甘煮		春雨のナムル		小松菜のお浸し		ひじきのサラダ	
	ご飯（お粥）	ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）	
	みそ汁（小松菜）	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（ほうれん草）	10	みそ汁（小松菜）	10	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（ほうれん草）	10
	温度℃（サイン）	温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）	

都合により献立が変更することがございます。



R8.9月27日～9月30日 献立



米飯130g・ふつう食 1日平均栄養量
エネルギー1326Kcal たんぱく質 56.5g

	9月27日		9月28日		9月29日		9月30日					
	日		月		火		水					
		g		g		g		g				
朝食	赤魚の煮付け		ジャーマンポテト		鶏肉の照り焼き		温野菜のチーズソース					
	パン（パン粥）		ご飯（お粥）		ご飯（お粥）		ヨーグルト					
	コーンポタージュ		みそ汁（大根）	10	みそ汁（白菜）	10	パン（パン粥）					
	温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		コーンポタージュ					
昼食	鯖のつけ焼き		バジルチキン（ふつう）		サーモンフライ		きのこトマトのハンバーグ（ふつう）					
	ひじきの煮物		ガーリックチキン（やわらか・ムース）		さつま揚げの炒り煮		チキンラタトゥイユ（やわらか・ムース）					
	さつま芋のマヨ和え		ごぼうサラダ		さつま芋のマヨ和え		ポテトサラダ					
	ご飯（お粥）		さつま芋のレモン煮		ご飯（お粥）		キャベツベーコンソテー					
間食	おいしいドーナッツ	1個	りんごコンポート	2個	lifestockゼリー		甘みあっさりみかん	30				
	バニラアイス（ムース）		おろしりんご（ムース）	50			おろしバイン（ムース）	40				
夕食	豚肉のスタミナ炒め		鯛の唐揚げトマトソース（ふつう）		肉団子のケッチャップ煮（ふつう）		あじの梅煮					
	厚揚げの煮物		白身魚のトマトソース（やわらか・ムース）		カレー風味の洋風肉じゃが（やわらか・ムース）		卵の花の和風サラダ					
	いんげんの胡麻和え		洋風卵あんかけ		根菜の肉炒め		ほうれん草のごま和え					
	ご飯（お粥）		春雨ソテー		オクラの和え物		ご飯（お粥）					
	みそ汁（小松菜）	10	みそ汁（チンゲン菜）	10	みそ汁（玉ねぎ）	10	みそ汁（ほうれん草）	10				
	温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）		温度℃（サイン）					

都合により献立が変更することがございます。